PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

2024-2025

EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA
BACHILLERATO:

Educación Física

ÍNDICE

1. Introducción

2. Secuenciación de las Unidades Didácticas

3. Metodología

4. Situaciones de Aprendizaje

4.1 SdA en 1ºESO

4.2 SdA en 2ºESO

4.3 SdA en 3ºESO

4.4 SdA en 4ºESO

4.5 SdA en 1ºBACH

5. Atención a la diversidad

6. Evaluación y calificación de la materia

6.1 Instrumentos de evaluación

6.2 Superación de la materia

6.3 Recuperación de la materia

6.4 Plan de trabajo Individualizado por pérdida de la Evaluación Continua

7. Contribución de la materia al tratamiento transversal, el fomento de la lectura y la mejora de la expresión oral y escrita

8. Recursos didácticos

9. Relación de Actividades complementarias para el curso 2024-25

1.INTRODUCCIÓN

De acuerdo con el Artículo 13 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, son las Programaciones Docentes (PD), las que deben atender a todos los elementos que constituyen el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria. Por ello, se elabora esta PD, que es el instrumento a través del cual se planifica, dirige y evalúa el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado del IES Alcántara, en el contexto del curso escolar 2022-2023.

Un documento de planificación, reflexión y evaluación permanente de nuestra práctica educativa, en consonancia con el marco legislativo y normativo. Una programación que es flexible, haciendo frente a las situaciones imprevistas que puedan surgir durante el curso; coherente con los diferentes elementos curriculares; que está contextualizada a las características de nuestro alumnado y del centro; y que es viable porque está diseñada para que sea puesta en práctica.

El Artículo 6 del citado RD, establece como elementos curriculares:

- **Objetivos (OE)**: logros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar la etapa y cuya consecución está vinculada a la adquisición de las competencias clave.

- **Competencias clave (CC)**: desempeños imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales.

- **Competencias específicas**: desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de la materia. Éstas, son el elemento de conexión entre el Perfil de salida del alumnado, los saberes básicos de la materia y los criterios de evaluación. (Ver la relación de estos tres elementos curriculares, punto 1.2)

- **Criterios de evaluación**: referentes que nos indican el “nivel de desempeño esperado” en el alumnado ámbito en un momento determinado de su proceso de aprendizaje.

- **Saberes básicos**: constituyen los contenidos propios de la materia (conocimientos, destrezas y actitudes), cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas.

- **Situaciones de aprendizaje**: situaciones y actividades asociadas a las competencias clave y a las específicas, que contribuyen a su adquisición y desarrollo.

2. SECUENCIACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

1º ESO

1ª EVALUACIÓN

UD.1: CONDICIÓN FÍSICA I (Calentamiento, resistencia, ZAFS y Ruffier)

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable Organización y gestión de la AF	- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para prevenir, y en su caso tratar, el dolor muscular de aparición tardía. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. - Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Prueba práctica	2	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	CCL STEM CD CPSAA CC	C D G K
		1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	Escala de observación	1			
		1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Escala de observación	1			
		1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	Trabajo escrito	1			

UD.2: BAILE

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Manifestación de la cultura motriz Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	Escala de observación	0.25	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CC CCEC CCL CPSAA	C G J K L
		4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas	Producto final	1.5			
		3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	Escala de observación	0.25			

UD.3: JUEGOS DEPORTIVOS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción	-Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado.	Prueba práctica	1	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios	CPSAA CC CE STEM	A C D K
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	Prueba práctica	1			

social en situaciones motrices	motrices o deportivas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en propuestas individuales. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.	3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	Escala de observación	1	de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)		

2ª EVALUACIÓN

UD.4: PALADÓS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado.	Escala de observación	1	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-	CPSAA CC CE STEM	A C D G
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	Prueba práctica	2			

	motrices o deportivas. - Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	Escala de observación	1	regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)		K

UD 5: CONDICIÓN FÍSICA II (ATLETISMO)

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. - Pautas para prevenir, y en su caso tratar, el dolor muscular de aparición tardía. - Educación postural: relajación. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Asertividad y autocuidado	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	Escala de observación	**1**	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la autorregulación emocional (canalizar	CCL STEM CD CPSAA CC	C D G K
		3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	Escala de observación	**1**			

					fracaso/éxito)		

UD 6: BALONCESTO

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Asertividad y autocuidado. - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	Escala de observación	1	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	Prueba práctica	2			
		3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y de los demás.	Escala de observación	1	3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)		

3ª EVALUACIÓN

UD 7: JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Manifestación de la cultura motriz	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos como manifestación de la interculturalidad. - Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. - Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas.	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	Escala de observación	1	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento.	CCEC STEM CCL CD	C D K J L
		4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.	Trabajo escrito	1			

UD. 8: ULTIMATE

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-	- Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	Escala de observación	1	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	Prueba práctica	2	3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud		

regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Asertividad y autocuidado. - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación	3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y de los demás.	Escala de observación	1	crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)		

UD.9: REPRESENTACIÓN TEATRAL

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Manifestación de la cultura motriz Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas	Producto final	2	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CC CCEC CCL CPSAA	C G J K L

UD 10: PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable	- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112. - Educación postural: relajación. - Pautas para prevenir, y en su caso tratar, el dolor muscular de aparición tardía.	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	Prueba práctica	1	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	STEM	K

UD 11: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Interacción eficiente y sostenible con el entorno	- Interacción eficiente y sostenible con el entorno. - Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares). - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	Escala de observación	0.5	5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-responsable, aplicar medidas de seguridad, y contribuir a la	STEM CC CE	K A

	consecuencias graves en los mismos. - Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz	5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas	Escala de observación	0.5	conservación del medio natural y urbano.		

2º ESO

1ª EVALUACIÓN

UD.1: CONDICIÓN FÍSICA I (Calentamiento, resistencia, ZAFS y Ruffier)

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable Organización y gestión de la AF	- Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. - Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Prueba práctica	2	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	CCL STEM CD CPSAA CC	C D G K
		1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	Escala de observación	1			
		1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Escala de observación	1			

	- La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.	1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	Trabajo escrito	0,5			
		1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte	Trabajo escrito digital	0,5			

UD.2: BAILE

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Manifestación de la cultura motriz Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Las danzas como manifestación de la interculturalidad. - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas de interpretación - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	Escala de observación	0.25	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la	CC CCEC CCL CPSAA	C G J K L
		4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas	Producto final	1.5			

		3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	Escala de observación	0.25	convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)		

UD.3: JUEGOS DEPORTIVOS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices	-Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado.	Prueba práctica	1	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía	CPSAA CC CE STEM	A C D K

Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	Prueba práctica	1	(CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)		
		3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros	Escala de observación	1			

2ª EVALUACIÓN

UD.4: VOLEIBOL

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices	- Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado.	Escala de observación	1	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva		

Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Gestión emocional: estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	Prueba práctica	2	autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	Escala de observación	1			

UD 5: CONDICIÓN FÍSICA II (ATLETISMO)

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas	Escala de observación	**1**	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas	CCL STEM CD	C D G K

motrices	escolar - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Asertividad y autocuidado	propias de una práctica motriz saludable y responsable.			diarias 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la autorregulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC	
		3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	Escala de observación	**1**			

UD 6: PICKLEBALL

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices	- Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de	Escala de observación	1	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y	CPSAA CC	A C

Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo. - Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura	actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.			perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CE STEM	D G K
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	Prueba práctica	2			
		3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y de los demás.	Escala de observación	1			

3ª EVALUACIÓN

UD 7: JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Manifestación de la cultura motriz	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos como manifestación de la interculturalidad. - Deporte y perspectiva de género: análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.) - Influencia del deporte en la cultura actual: impacto social, aspectos positivos y negativos.	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	Escala de observación	1	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento.	CCEC STEM CCL CD	C D K J L
		4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.	Trabajo escrito	1			

UD. 8: FLOORBALL

Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE

Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo. - Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	Escala de observación	1.5	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía	Prueba práctica	3			
		3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y de los demás.	Escala de observación	1.5			

UD 9: PREVENCIÓN DE ACCIDENTES Y PRIMEROS AUXILIOS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y	- Actuaciones básicas ante accidentes durante la	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos	Prueba práctica	1	1. Adoptar un	STEM	K

saludable	práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.	de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.			estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias		

UD 10: ORIENTACIÓN Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Interacción eficiente y sostenible con el entorno	- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares). - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves en los mismos. - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	Escala de observación	0.5	5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-responsable, aplicar medidas de seguridad, y contribuir a la conservación del medio natural y urbano.	STEM CC CE	K A
		5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas	Escala de observación	0.5			

3º ESO

1ª EVALUACIÓN

UD.1: CONDICIÓN FÍSICA I (Calentamiento, resistencia, ZAFS y Ruffier)

Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de	Calificación	Competencia	CC	OE

			Evaluación		Específica		
Vida activa y saludable Organización y gestión de la AF Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Alimentación saludable, alimentos no saludables y similares. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Capacidades condicionales: desarrollo de las CFB. - Salud social: Suplementación deportiva. Riesgos y condicionantes éticos. - Salud mental: tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas. - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad. - Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Asertividad y autocuidado	1.1 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	Escala de observación	2	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	CCL STEM CD CPSAA CC	C D G K
		1.2 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Escala de observación	1			
		1.5 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	Trabajo escrito	0,5	3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la autorregulación emocional (canalizar fracaso/éxito)		
		3.2 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	Escala de observación	0.5			

UD. 2: BÁDMINTON

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. - Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado.	Prueba práctica	0.5	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D K
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	Prueba práctica	2			
		3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Escala de observación	0.5			

UD. 3: COMBAS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable Manifestación de la cultura motriz	- Salud física: capacidades condicionales (desarrollo de las CFB). - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Deporte y perspectiva de género: Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.	1.4 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	Escala de observación	0.5	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias 4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento	CC STERM CPSAA CCEC	C D G K
		4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	Producto final	1.5			

2º EVALUACIÓN

UD. 4: DEPORTES COLECTIVOS: COLPBOL,TWINCON Y BALONCESTO

Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de	Calificación	Competencia	CC	OE

			Evaluación		Específica		
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición. - Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado.	Prueba práctica	2	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	Escala de observación	0.5			
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	Prueba práctica	2			
		3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Escala de observación	0.5			

UD 5: CONDICIÓN FÍSICA II (Circuitos de fuerza y flexibilidad)

Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE

Vida activa y saludable	- Capacidades condicionales: desarrollo de las CFB - Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares.	1.1 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	Escala de observación + Prueba práctica	3	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	CCL STEM CD CPSAA CC	C D G K

UD 6: JUEGOS Y DEPORTES POPULARES Y TRADICIONALES

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Manifestación de la cultura motriz Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes regionales y nacionales como seña de identidad cultural. - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos	Escala de observación	0.5	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CCEC STEM CCL CD	C D K J L
		4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.	Escala de observación	1			
		3.2 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	Escala de observación	0.5			

3ª EVALUACIÓN

UD. 7: FÚTBOL SALA / ULTIMATE

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	Escala de observación	1	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	Prueba práctica	3			
		3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Escala de observación	1			

UD.8: REPRESENTA UNA CANCIÓN

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Manifestación de la cultura motriz Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	Escala de observación	0.5	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito	CC CCEC CCL CPSAA	C G J K L
		4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	Producto final	2			
		3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Escala de observación	0.5			

UD 9: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL Y ORIENTACIÓN

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Interacción eficiente y sostenible con el entorno	- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. - La práctica de bicicleta como medio de transporte habitual. - Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. - Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	Escala de observación	0.5	5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-responsable, aplicar medidas de seguridad, y contribuir a la conservación del medio natural y urbano.	STEM CC CE	K A
		5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	Trabajo escrito	0.5			

UD 10: PRIMEROS AUXILIOS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable	- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad. - Actuaciones ante accidentes. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).	1.3 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	Prueba práctica	1	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	STEM	K

4º ESO

1ª EVALUACIÓN

UD.1: CONDICIÓN FÍSICA I (Calentamiento, resistencia, ZAFS y Ruffier)

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable Organización y gestión de la AF Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Salud física: autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica). Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. - Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de Trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. - Salud social: dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas. - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. - Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Asertividad y autocuidado.	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Escala de observación	1	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	CCL STEM CD CPSAA CC	C D G K
		1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	Escala de observación	0.5			
		1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	Escala de observación	1			
		1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	Escala de observación	0.5			
		1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	Trabajo escrito	0,5			

UD. 2: COLPBOL

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Toma de decisiones: búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. - Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. - Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	Escala de observación	0.5	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D K
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía	Prueba práctica	2			
		3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Escala de observación	0.5			

UD. 3: VOLEIBOL

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica
Resolución de problemas en situaciones motrices	- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración de esquema corporal; toma de decisiones óptimas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: profundización - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado	Escala de observación	0.5	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF.
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	Prueba práctica	2	
Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices		3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás	Escala de observación	0.5	3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)

2º EVALUACIÓN

UD. 4: BALONMANO

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Toma de decisiones: búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. -Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. - Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado	Escala de observación	0.5	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	Prueba práctica	2			
		3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Escala de observación	0.5			

UD. 5: BÁDMINTON

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica
Resolución de problemas en situaciones motrices	- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración de esquema corporal; toma de decisiones óptimas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	Prueba práctica	2	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF.
Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: profundización. - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.	3.2 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	Escala de observación	0.5	3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)
	- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.	3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás	Escala de observación	0.5	

UD 6: CONDICIÓN FÍSICA II (Elaboración de una sesión teórico-practica)

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable Organización y gestión de la actividad física	- Salud física: autorregulación y planificación del entrenamiento. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.	1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	Trabajo escrito + Prueba práctica	2	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	CCL STEM CD CPSAA CC	C D G K

UD 7: JUEGOS Y DEPORTES POPULARES Y TRADICIONALES

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Manifestación de la cultura motriz Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes regionales y nacionales como seña de identidad cultural. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos	Escala de observación	1	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CCEC STEM CCL CD	C D K J L
		3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	Escala de observación	1			

3ª EVALUACIÓN

UD. 8: HOCKEY

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Toma de decisiones: búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. -Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. - Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	Escala de observación	0.5	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	Prueba práctica	3			
		3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	Escala de observación	0.5			

UD.9: ACROSPORT (+ representación)

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Manifestación de la cultura motriz	- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. -Práctica de actividades rítmico-musicales: organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos	4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	Producto final	3	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito	CC CCEC CCL CPSAA	C G J K L
		3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	Escala de observación	1			

UD 10: ORIENTACIÓN Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Interacción eficiente y sostenible con el entorno	- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares). - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. - Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	Escala de observación	0.5	5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-responsable, aplicar medidas de seguridad, y contribuir a la conservación del medio natural y urbano.	STEM CC CE	K A
		5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	Trabajo escrito	0.5			

UD 11: ACTUACIÓN EN ACCIDENTES Y PRIMEROS AUXILIOS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable	- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. - Medidas colectivas de seguridad. - Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar)	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	Prueba práctica	1	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	STEM	K

1º BACHILLERATO

1ª EVALUACIÓN

UD.1: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD (Plan de entrenamiento personal)

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable Organización y gestión de la AF	- Salud física: programa personal de AF (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las CFB y coordinativas (previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. - Planificación para el desarrollo de las CFB: fuerza, resistencia y flexibilidad. Sistemas de entrenamiento. - Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. -Dietas equilibradas y/o saludables según las características físicas y personales. - Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos. - Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en las AF. - Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva.	1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.	Trabajo escrito y prueba práctica	4	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, planificando su AF y deportiva en las rutinas diarias y conociendo las salidas profesionales.	CCL STEM CD CPSAA CC	C D G K
		1.2 Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable , educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.	Escala de Observación	1			
		1.5 Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	Trabajo escrito (TIC)	1			

UD.2: PRIMEROS AUXILIOS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable	- Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín). - Protocolos ante alertas escolares.	1.3 Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.	Trabajo escrito + Prueba práctica	1	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, planificando su AF y deportiva en las rutinas diarias y conociendo las salidas profesionales.	STEM	K

UD.3: DEPORTES ALTERNATIVOS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Capacidades perceptivo-motrices en práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, y reajuste de la propia intervención respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio. - Desempeño de roles variados en sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o AF que respondan a sus intereses. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	Prueba práctica	1	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, planificando su AF y deportiva en las rutinas diarias y conociendo las salidas profesionales. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C K
		3.2 Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	Escala de observación + Prueba práctica	2			

2ª EVALUACIÓN

UD. 4: DEPORTES COLECTIVOS

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	-Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. -Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las AF- deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. - Capacidades perceptivo-motrices en práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, y reajuste de la propia intervención respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio. - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o AF que respondan a sus intereses. - Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte. - Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas)	2.2 Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptándolas estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	Escala de observación + Prueba práctica	2.5	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.	Escala de observación	0.5			

UD.5: BAIL DEL MUNDO

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas)	4.2 Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.	Producto final	3	4.Practicar y fomentar la conservación de la cultura motriz, investigando las manifestaciones culturales relacionadas con el movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CC CCEC CPSAA STEM	C G J K L
		3.1 Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	Escala de observación	1			

UD.6: SESIÓN LÚDICA

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Vida activa y saludable Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Profesiones vinculadas a la AF y la salud - Salud social: prácticas de AF que tienen efectos negativos/positivos para la salud individual o colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. - Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.	1.4 Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.	Escala de Observación	1	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, planificando su AF y deportiva en las rutinas diarias y conociendo las salidas profesionales. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la	CPSAA CC CE STEM	A C K
		3.2 Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que	Escala de observación + Prueba práctica	2			

		pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.			actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)		

3ª EVALUACIÓN

UD. 7: ORGANIZACIÓN DE UN EVENTO DEPORTIVO

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la AF y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares). - Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar). - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros. - Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias. - Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte. - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	Prueba práctica	1,5	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		3.1 Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	Prueba práctica	2			
		4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Escala de observación	0,5			

UD. 8: DEPORTES CON IMPLEMENTO

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Resolución de problemas en situaciones motrices Auto-regulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. - Desempeño de roles variados en sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o AF que respondan a sus intereses. - Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación. - Historias de vida de deportistas profesionales. - Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Ejemplos de deportistas: trayectorias profesionales, hitos y valores. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.	2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	Trabajo escrito y prueba práctica	4	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	CPSAA CC CE STEM	A C D G K
		3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.	Escala de observación	1			

UD. 9: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL

	Saberes Básicos	Criterios de Evaluación	Instrumentos de Evaluación	Calificación	Competencia Específica	CC	OE
Interacción eficiente y sostenible con el entorno	- Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. - Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares). - Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. - Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano. - Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura. - El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.	5.1 Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	Escala de observación	0.5	5. Implementar un estilo de vida sostenible y eco-responsable, desarrollando acciones de servicio a la comunidad, y contribuir a la conservación del medio natural y urbano.	STEM CC CE	K A
		5.2 Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.	Escala de observación	0.5			

3. METODOLOGÍA

Se procurarán en todo momento el uso de metodologías activas que fomenten la participación del alumnado desarrollando contenidos aplicados a contextos reales, estrategias interactivas que motiven y despierten la curiosidad por aprender, adecuadas a los distintos ritmos de aprendizaje, propiciando el desarrollo de actividades de más simples a más complejas, el fomento de la creatividad, reflexión e investigación, el uso significativo de las TIC, la promoción del aprendizaje autónomo y el trabajo en equipo.

Un aprendizaje significativo, que requiere de la combinación de un amplio espectro de estilos de enseñanza, con actividades y retos alcanzables que generen actitudes positivas hacia la materia y favorecen la adherencia a la práctica de actividad física, buscando el máximo tiempo de compromiso motor… en definitiva, una **metodología competencial**, donde el profesor enseña, orienta y guía a un alumnado consciente de dicho proceso, partícipe, activo y autónomo.

4. SITUACIONES DE APRENDIZAJE

Definidas por la propia LOMLOE como ”situaciones y actividades que implican el despliegue por parte del alumnado de actuaciones asociadas a competencias clave y competencias específicas y que contribuyen a la adquisición y desarrollo de las mismas”.

Por ello, vamos a procurar un entorno contextualizado a cada grupo de alumnos y sus particularidades. Desarrollando situaciones de aprendizaje que están conectadas con el currículum (relacionadas con las competencias clave y las específicas) y donde definimos los criterios de evaluación que se utilizarán. Una evaluación será formativa y compartida con nuestros alumnos, que previamente saben cómo se les va a evaluar, sobre qué contenidos, etc., permitiendo así la autorregulación del aprendizaje.

Potenciando las estrategias metodológicas que motiven a todo el alumnado, fomentando el trabajo en grupo, así como el individual. Situaciones de aprendizaje que resulten interesantes para el alumnado, los anime a participar, crear, afrontar retos o desafíos, en definitiva, que generen un aprendizaje significativo, estimulando la educación emocional, las funciones cognitivas y que favorezcan un buen clima en el aula. Los resultados de aprendizaje de estas situaciones deben ser útiles para el alumnado y tener transferencia para su día a día, su participación en la sociedad y el conocimiento del mundo que les rodea.

4.1 SdA en 1º ESO

Título de la Situación de Aprendizaje	“Condición Física”		
Nivel y etapa	1º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: el alumnado elaborará una ficha personal (ficha técnica del FIFA) con los datos obtenidos en diferentes pruebas, destinadas a evaluar el nivel de condición física con el que parten en esta etapa educativa.	- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para prevenir, y en su caso tratar, el dolor muscular de aparición tardía. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. - Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CCL STEM CPSAA	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. 1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. 1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
1.1 Prueba práctica **1.2 y 1.3** Escala de observación **1.5** Trabajo escrito	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	" Baile"		
	Nivel y etapa	1º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: el alumnado elaborará una coreografía grupal usando material, vestuario y soporte musical adecuado.	- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación

Título de la Situación de Aprendizaje	"Juegos Deportivos"		
	Nivel y etapa	1º ESO	Materia	Educación Física

Descripción		Saberes básicos
CCL CPSAA Producto competencial: Elaboración de un póster con juegos alternativos que iremos practicando diariamente en clase.	recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	**4.1** Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. **4.3** Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. **3.2** Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. - Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas técnicas motrices o deportivas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en propuestas individuales. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
4.3 Producto competencial **3.2 Escala de observación**	Meter rúbricas

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA CC STEM	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía 3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
	Una vez terminado el producto competencial Meter rúbricas

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
los alumnos **2.1** Prueba práctica **2.3** Prueba práctica **3.1** Escala de Observación	

Metodología	Recursos y Materiales didácticos

Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Paladós”**		
Nivel y etapa	**1º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
Producto competencial: Autoconstrucción con material reciclado de unas palas de paladós usadas para la práctica de este deporte.	- Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
CPSAA CC STEM	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía 3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

Instrumentos de evaluación	**Materiales y procedimientos de evaluación**
2.1 Escala de observación **2.3** Prueba práctica **3.2** Escala de observación	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	**"Atletismo"**		
Nivel y etapa	**1º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Elaboración de una infografía con los elementos y características más importantes de una disciplina atlética a elegir.	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. - Pautas para prevenir, y en su caso tratar, el dolor muscular de aparición tardía. - Educación postural: relajación. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Asertividad y autocuidado

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CCL STEM CPSAA	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la autorregulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. 3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
1.2 Escala de observación **3.2** Escala de observación	Meter rúbricas
Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje		“Baloncesto”		
	Nivel y etapa	1º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: se creará una liga donde los alumnos formarán equipos con un rol cada miembro, asumiendo las tareas que conlleva dicho rol. Entre las tareas se encuentra la elaboración de: un reglamento, un escudo de equipo, un premio, un juego de calentamiento y un reportaje.	- Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Asertividad y autocuidado. - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA CE STEM	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía 3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y de los demás.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación

2.2 y 3.3 Escala de observación **2.3 Prueba Práctica**	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para	

Título de la Situación de Aprendizaje	"Juegos tradicionales"		
Nivel y etapa	1º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Elaboración de un póster con juegos tradicionales del mundo. El alumnado elegirá 4 juegos de un determinado continente, y deberá exponerlos, junto al póster, al resto de sus compañeros.	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos como manifestación de la interculturalidad. - Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad.

Título de la Situación de Aprendizaje	"Ultimate"		
Nivel y etapa	1º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
	vinculados a dichas manifestaciones. - Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Asertividad y autocuidado. - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
4.1 Escala de observación 4.2 Trabajo escrito	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Producto competencial: se creará una liga donde los alumnos formarán equipos con un rol cada miembro, asumiendo las tareas que conlleva dicho rol. Entre las tareas se encuentra la elaboración de: un reglamento, un escudo de equipo, un premio, un juego de calentamiento y un reportaje. Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA CE STEM	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de

		problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía 3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y de los demás.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
2.2 y 3.3 Escala de observación **2.3 Prueba Práctica**	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos

Título de la Situación de Aprendizaje	"Representación Teatral"		
Nivel y etapa	**1º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	Saberes básicos
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos Producto competencial: Realización de una obra teatral con vestuario, material y soporte musical (si fuese necesario) sobre un tema actual como puede ser el bullying, cambio climático, violencia de género, etc.	- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).

Una vez terminado el producto competencial

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CC CCEC CPSAA	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas

Título de la Situación de Aprendizaje	"Primeros Auxilios Básicos"		
Nivel y etapa	**1º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Los estudiantes en grupos tendrán que realizar una presentación en canva y una posterior puesta en escena a sus compañeros de un accidente ante el cual deben realizar el protocolo PAS y RICE. Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112. - Educación postural: relajación. - Pautas para prevenir, y en su caso tratar, el dolor muscular de aparición tardía.

Una vez terminado el producto competencial

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos **STEM**	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
1.4 Prueba práctica	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos

Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Actividades en el medio natural”**		
Nivel y etapa	**1º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
Producto competencial: Elaboración de un póster o infografía con las diferentes actividades en el medio natural trabajadas en clase, el impacto que ejercen en el entorno y medidas para minimizarlo.	- Interacción eficiente y sostenible con el entorno. - Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares). - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves en los mismos. - Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
STEM CC CE	5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-responsable, aplicar medidas de seguridad, y contribuir a la conservación del medio natural y urbano.	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. 5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas

Instrumentos de evaluación	**Materiales y procedimientos de evaluación**
5.1 Escala de Observación **5.2 Escala de Observación**	Meter rúbricas
Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	Conos, balones….
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

4.2 SdA en 2º ESO

Título de la Situación de Aprendizaje	"Condición Física"		
Nivel y etapa	2º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: el alumnado elaborará una ficha personal (ficha técnica del FIFA) con los datos obtenidos en diferentes pruebas, destinadas a evaluar el nivel de condición física con el que parten en esta etapa educativa.	- Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. - Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
STEM CD CPSAA	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. 1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. 1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. 1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
1.1 Prueba práctica 1.2 y 1.3 Escala de Observación 1.5 Trabajo escrito 1.6 Trabajo digital	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos

Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	*Una vez terminado el producto competencial*

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Baile”**		
Nivel y etapa	**2º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Las danzas como manifestación de la interculturalidad.

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Juegos Deportivos”**		
Nivel y etapa	**2º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción		**Saberes básicos**
Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
Producto competencial: Elaboración de un póster con juegos alternativos que jemos practicando diariamente en clase. CC CCEC CPSAA	4. Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	-Toma de decisiones: Delimitación de espacios de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica. Integración del esquema corporal, integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. 4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. 4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. 3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.
Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
CPSAA CC STEM	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para recoger los resultados, tanto de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. 3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

Instrumentos de evaluación	**Materiales y procedimientos de evaluación**
4.1 Escala de Observación 4.2 Producto competencial 3.2 Escala de Observación	Meter rúbricas
Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Instrumentos de evaluación	**Materiales y procedimientos de evaluación**
2.1 Prueba práctica 2.3 Prueba práctica 3.1 Escala de Observación	Meter rúbricas
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para	*Una vez terminado el producto competencial*
Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	*Una vez terminado el producto competencial*

Título de la Situación de Aprendizaje	"Voleibol"		
Nivel y etapa	2º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: se creará una liga donde los alumnos formarán equipos con un rol cada miembro, asumiendo las tareas que conlleva dicho rol. Entre las tareas se encuentra la elaboración de: un reglamento, un escudo de equipo, un premio, un juego de calentamiento y un reportaje.	- Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Gestión emocional: estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CCL STEM CPSAA	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución. 3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
2.1 Prueba práctica 2.3 Prueba práctica 3.2 Escala de Observación	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	*Una vez terminado el producto competencial*

Título de la Situación de Aprendizaje		“Atletismo”	
Nivel y etapa	2º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Elaboración de una infografía con los elementos y características más importantes de una disciplina atlética a elegir.	- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. - Asertividad y autocuidado

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CCL	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable,	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de

Título de la Situación de Aprendizaje		“Pickleball”	
Nivel y etapa	2º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Elaboración de una infografía con los elementos y características más importantes del deporte.	- Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y de deportes individuales. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo. - Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
1.2 Escala de Observación 2.2 Escala de Observación	Metacognitivas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA CC STEM	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones motrices, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos

Una vez terminado el producto competencial

	auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. 3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y de los demás.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
2.2 Escala de Observación 2.3 Prueba práctica 3.3 Escala de Observación	Meter rúbricas

Título de la Situación de Aprendizaje	"Juegos populares y tradicionales"		
Nivel y etapa	2º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Elaboración de un póster con juegos tradicionales del mundo. El alumnado elegirá 4 juegos de un determinado continente y deberá exponerlos, junto al poster, al resto de sus compañeros.	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos como manifestación de la interculturalidad. - Deporte y perspectiva de género: análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.) - Influencia del deporte en la cultura actual: impacto social, aspectos positivos y negativos.

Evaluación de la actividad

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos

Propuestas de mejora

Una vez terminado el producto competencial.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CCEC	4. Practicar, conocer y valorar actividades artísticas utilizando el	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus

Título de la Situación de Aprendizaje	"Floorball"		
Nivel y etapa	2º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
4.1 Escala de observación 4.2 Trabajo escrito	- Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales. - Capacidades perceptivo-motrices: control postural, adquisición del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo. - Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

Metodología

Producto competencial: se creará una liga donde los alumnos formarán equipos con un rol cada miembro, asumiendo las tareas que conlleva dicho rol. Entre las tareas se encuentra la elaboración de: un reglamento, un escudo de equipo, un premio, un juego de calentamiento y un reportaje.

Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.

Recursos y Materiales didácticos

Meter rúbricas

Evaluación de la actividad

los alumnos

Propuestas de mejora

Una vez terminado el producto competencial.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA CC STEM	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. 3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica,

		socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y de los demás.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
2.2 Escala de Observación 2.3 Prueba práctica 3.3 Escala de Observación	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Título de la Situación de Aprendizaje	“Prevención de accidentes y Primeros auxilios”		
Nivel y etapa	2º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Los estudiantes en grupos tendrán que realizar una presentación en canva y una posterior puesta en escena a sus compañeros de un accidente ante el cual deben realizar el protocolo correspondiente.	- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB). - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
STEM	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable,	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de

Título de la Situación de Aprendizaje	“Orientación y actividades en el medio natural”		
Nivel y etapa	2º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
1.4 Prueba práctica	Meter rúbricas
Producto competencial: Realización de una carrera de orientación en el centro educativo. Elaboración de un póster con los elementos clave del deporte de orientación y del respeto al medio ambiente en el que se desarrolla.	- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares). - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano:medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves en los mismos. - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad. física en entornos naturales y urbanos

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
Autoevaluación competencial mediante una rúbrica del departamento de Educación Física	

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación

STEM CC CE	5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-responsable, aplicar medidas de seguridad, y contribuir a la conservación del medio natural y urbano.	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. 5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
5.1 Escala de Observación 5.2 Escala de Observación	Meter rúbricas
Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	Conos, balones….
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	*Una vez terminado el producto competencial*

4.3 SdA en 3º ESO

Título de la Situación de Aprendizaje	"Condición Física"		
Nivel y etapa	3º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: el alumnado elaborará una ficha personal (ficha técnica del FIFA) con los datos obtenidos en diferentes pruebas, destinadas a evaluar el nivel de condición física con el que parten en esta etapa educativa.	- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Alimentación saludable, alimentos no saludables y similares. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Capacidades condicionales: desarrollo de las CFB.- Salud mental: tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas. - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas, pautas de higiene en contextos práctica AF - Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. - Asertividad y autocuidado

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CCL STEM CPSAA CC	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la autorregulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	1.1 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. 1.2 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 1.5 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. 3.2 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas

prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

Instrumentos de evaluación | **Materiales y procedimientos de evaluación**

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Bádminton”**		
Nivel y etapa	**3º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
una autonomía creciente.	- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. - Coordinación de las acciones motrices [illegible] acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en

Evaluación de la actividad | **Propuestas de mejora**

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Combas”**		
Nivel y etapa	**3º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
Producto competencial: Elaboración de un póster o infografía con elementos y habilidades que iremos practicando diariamente en clase.	- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Salud física, capacidades condicionales (desarrollo de las CFB). - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Deporte y perspectiva de género. Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.

Título de la Situación de Aprendizaje	**“ DEPORTES COLECTIVOS: COLPBOL,TWINCON Y BALONCESTO”**		
Nivel y etapa	**3º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
CPSAA CE CCEC STEM	4.1 Conocer diferentes actuaciones motrices individuales o colectivas, adoptando una manera cooperativa, utilizando adecuadamente los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contexto de actuación, ajustando a ellas las características de los movimientos y acciones individuales básicos de manera integrada. 3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones, vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito) 4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento	la dificultad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía, cooperación, utilización adecuada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contexto de actuación a situaciones deportivas específicas, y ayudando a otros a mejorar estas pruebas, detectando los errores más comunes y las características de los

Instrumentos de evaluación | **Materiales y procedimientos de evaluación**

Producto competencial: se crearán ligas de las diferentes modalidades donde los alumnos formarán equipos con un rol cada miembro, asumiendo las siguientes tareas: elaboración de un reglamento, un escudo de equipo, un premio, un juego de calentamiento y un reportaje.

1.1 Escala de observación
2.1 Prueba práctica
4.3 Producto competencial
2.3 Prueba práctica

- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).

Metodología | **Recursos y Materiales didácticos**

Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de

Metodología | **Recursos y Materiales didácticos**

Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
CC CE STEM	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación, tanto del proceso como del resultado. 2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de

Evaluación de la actividad | **Propuestas de mejora**

Evaluación de la actividad | **Propuestas de mejora**

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos

Una vez terminado el producto competencial

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos

Una vez terminado el producto competencial

	auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. 3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Fuerza y flexibilidad”**		
Nivel y etapa	**3º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente. Producto competencial: elaboración de infografías que describan circuitos de fuerza y flexibilidad. En esas infografías se describirán las posturas adecuadas en diversas situaciones de la vida diaria.	- Capacidades condicionales: desarrollo de las CFB - Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares.

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
STEM CPSAA	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	1.1 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, al menos una vez formando parte de una sesión competencial, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

Instrumentos de evaluación	**Materiales y procedimientos de evaluación**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Juegos y deportes populares y tradicionales”**		
Nivel y etapa	**3º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente. Producto competencial: Elaboración de un catálogo de juegos populares y tradicionales del entorno de nuestros alumnos, de la región de Murcia, de España y de diversas partes del mundo, dada la gran diversidad de procedencias. El alumnado elegirá varios juegos y los expondrá, junto al póster, al resto de sus compañeros.	- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes regionales y nacionales como seña de identidad cultural. - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura, entre otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y toma de decisiones en contextos motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).

Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
CC CPSAA CE STEM	4.Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. 4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico- deportivo. 3.2 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la

		resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
4.1, 4.2 y 3.2 Escala de observación	Meter rúbricas

Título de la Situación de Aprendizaje		“Fútbol sala / Ultimate”	
Nivel y etapa	3º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos Producto competencial: se crearán ligas de las dos modalidades donde los alumnos formarán equipos con un rol cada miembro, asumiendo las siguientes tareas: elaboración de un reglamento, un escudo de equipo, un premio, un juego de calentamiento y un reportaje.	- Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. Una vez terminado el producto competencial - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA **CC** **CE**	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. 3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	“Representa una canción”		
Nivel y etapa	3º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: el alumnado llevará a cabo una representación de la letra de la canción y podrá elaborar una coreografía grupal usando material, vestuario y soporte musical adecuado.	- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación

Título de la Situación de Aprendizaje	“Orientación y actividades en el medio natural”		
Nivel y etapa	3º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Realización de una carrera de orientación en el centro educativo. Elaboración de un póster con los elementos clave del deporte de orientación y del respeto al medio ambiente en el que se desarrolla.	- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. - Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. - Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
5.1 Escala de observación 5.2 Trabajo escrito	Meter rúbricas

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CC CPSAA STEM CC CE	3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. 3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. 5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco-responsable, aplicar medidas de seguridad, y contribuir a la conservación del medio natural y urbano.	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. 5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Metodología	Recursos y Materiales didácticos

Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	**"Primeros Auxilios"**		
Nivel y etapa	**3º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
Producto competencial: los alumnos, en grupos, tendrán que realizar una presentación en canva y una posterior puesta en escena a sus compañeros de un accidente ante el cual deben realizar el protocolo PAS (aquí incluiremos limpiezas de heridas leves y la PLS y cuándo esta se llevará a cabo) y el RICE. Además, procederán a representar una maniobra de Heimlich con un compañero.	- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad. - Actuaciones ante accidentes. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
STEM	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias	1.3 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

Instrumentos de evaluación	**Materiales y procedimientos de evaluación**
1.3 Prueba Práctica	Meter rúbricas

Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y	

4.4 SdA en 4º ESO

Título de la Situación de Aprendizaje	**"Condición Física"**		
Nivel y etapa	**4º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos Producto competencial: Partiendo de su nivel de condición física, mediante la realización de pruebas y mediciones, los alumnos tienen que llevar a cabo los distintos métodos de entrenamiento vistos en clase para saber qué condición física tiene cada uno. Para ello, mediante el uso de apps móviles van a tener que registrar algún tipo de actividad física realizada fuera del horario escolar para mantener o mejorar esos valores iniciales. Trabajo teórico sobre investigación de higiene postural, cuidado del cuerpo y prácticas peligrosas en torno al cuidado del cuerpo: mitos y falsas creencias. Los mejores trabajos se expondrán en clase práctica para el resto de compañeros. La mejor presentación canva se expone para cursos inferiores del IES para que los alumnos vayan tomando conciencia de los temas tratados.	Una vez terminado el producto competencial - Salud física: autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica). Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado - Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de Trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y la AF - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de AF - Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
		1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad

Título de la Situación de Aprendizaje	“Colpbol”		
Nivel y etapa	4º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: En grupos de trabajo los alumnos investigarán sobre la historia y reglamento específico del Colpbol para luego exponerlo al resto de sus compañeros. Se divide la situación de aprendizaje en 3 sesiones, en las que los grupos de trabajo organizan y llevan a cabo los siguientes elementos técnicos, tácticos y reglamentarios del Colpbol: 1. Historia y reglamento específico 2. Elementos técnicos: golpeo, paradas, pases, etc. 3. Elementos tácticos comunes a otros deportes: desplazamientos, situaciones ataque-defensa, posicionamiento de jugadores en el campo, etc.	antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 1.3 Toma de decisiones: búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil, el resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. - Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. - Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas)

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
Las siguientes 3 sesiones se dedicarán a organizar un campeonato de Colpbol para toda la clase, donde los alumnos deben de actuar como árbitros cuando no les toque jugar. 1.1, 1.2, 1.3 y 1.5 Escala de observación 1.6 Trabajo escrito Durante el desarrollo de la situación de aprendizaje se analizan las conductas de juego limpio y de rechazo o comportamiento violento.	Una vez terminado el producto competencial

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos CPSAA CC CE STEM	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. 3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
2.2 y 3.2 Escala de observación 2.3 Prueba práctica	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	"Voleibol"		
Nivel y etapa	4º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Se lleva a cabo el modelo de educación deportiva en clase. Este modelo se divide en tres fases y simula una situación real de competición en una liga federada de voleibol: 1. Fase de afiliación (2 sesiones): la clase se reparte en equipos, elegidos por ellos mismos y realizan la afiliación. Cada club elige nombre, escudo y reparto de roles en sus jugadores como entrenador, capitán, árbitro, anotador, preparador físico, utillero y comentarista. 2. Fase de pretemporada y temporada (6 sesiones): donde los clubs realizan sus propios entrenamientos dirigidos por el entrenador y calentamientos específicos llevados a cabo por los preparadores físicos. Se realizan amistosos entre clubs y se lleva a cabo una fase de liga regular con una clasificación. 3. Fase de festividad y clausura (1 sesión): Se realizan las finales y una clausura del modelo donde se entregan distintos trofeos, medallas y diplomas fabricados por los propios clubs con material reciclable.	- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración de esquema corporal; toma de decisiones óptimas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: profundización - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA CC CE STEM	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. 3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
2.1 y 3.1 Escala de observación 2.3 Prueba práctica	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	Conos, balones….

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	“Balonmano”		
Nivel y etapa	4º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Después del aprendizaje técnico-táctico del balonmano. En cuatro grupos de trabajo se elegirá un recreo a la semana para llevar a cabo una liga interclases con los alumnos de 2º ESO. Los primeros recreos serán para repasar el reglamento específico del balonmano y después los alumnos de 4º ESO se encargan de organizar y arbitrar este campeonato en los recreos. Cada grupo de trabajo se encarga de un elemento distinto: 1. Realización de canva con el reglamento básico 2. Enseñanza de elementos técnico-tácticos básicos del balonmano 3. Organización del campeonato y actualizar calendario y clasificación 4. Arbitraje de los partidos en los recreos	- Toma de decisiones: búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. -Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. - Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA CC CE STEM	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado 2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. 3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
2.1 y 2.2 Escala de observación 3.2 Prueba práctica	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	"Bádminton"		
Nivel y etapa	4º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: En grupos de trabajo los alumnos investigan sobre los distintos golpes de bádminton y reglas: Grupo 1: reglamento individuales y dobles, medidas del campo, etc. G 2: el saque G3: golpes de mano baja o por debajo de la cabeza: drive, lob y net drop. G4: golpes de mano alta o por encima de la cabeza: clear, drop y smash. G5: organización de campeonato dobles mixtos. A partir de la 2ª sesión cada grupo en ese orden dirige la sesión, previa entrega en formato digital al profesor, llevando a cabo distintos ejercicios para la consecución del objetivo de sesión propuesto. El grupo 5 se encarga de organizar en las dos últimas sesiones un cuadro de campeonato modo copa eliminatorio para toda la clase, estableciendo árbitros y clasificación.	- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración de esquema corporal; toma de decisiones óptimas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: profundización - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA CC CE STEM	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. 3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. 3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
3.2 y 3.3 Escala de observación 2.3 Prueba práctica	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Condición física. Elaboración de una sesión práctica”**		
Nivel y etapa	**4º ESO**	Materia	**Educación Física**

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Juegos y deportes populares y tradicionales”**		
Título de la Situación de Aprendizaje	**“Hockey”**		
Nivel y etapa	**4º ESO**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
En la 3ª evaluación, se produce una visita de los alumnos de 1º y 2º de Primaria de los colegios adscritos a nuestro IES y con alumnos de 4º ESO que enseñarán a estos alumnos a jugar los juegos populares y tradicionales. Producto competencial: Trabajo de investigación en grupo sobre actitudes sexistas, discriminación por género, actitudes xenófobas, racistas y colectivo LGTBI relacionadas con el deporte de actualidad.	Las sesiones se llevan a cabo siguiendo una ficha modelo que tienen que rellenar con los distintos apartados como el contenido específico, método de entrenamiento escogido, materiales, tiempo empleado y control de la intensidad del ejercicio.

Competencias clave	**Competencias específicas**
CPSAA **STEM** CE **CPSAA**	1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)

Criterios de Evaluación
4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económicos, sociales, políticos. 3.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte, valorando los espacios de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
CPSAA CC CE **STEM**	2. Aplicar los procesos de percepción, decisión y ejecución, con progresiva autonomía (CFB, coordinativas y perceptivo-motrices) 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando los recursos propios de la situación y actuando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. 2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. 3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades y procesos, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

Instrumentos de evaluación	**Materiales y procedimientos de evaluación**
4.1 y 3.3 Escala de observación	Meter rúbricas

Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**

Evaluación de la actividad	**Promesas de mejora**

Instrumentos de evaluación	**Materiales y procedimientos de evaluación**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos 2.2 y 3.1 Escala de observación 2.3 Prueba práctica	Una vez terminado el producto competencial Meter rúbricas

Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**

Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora

Título de la Situación de Aprendizaje	“Acrosport. Pirámides humanas en acción”		
Nivel y etapa	4º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Los alumnos muestran todo lo que han aprendido respecto al Acrosport, mediante una representación grupal, que han creado, diseñado y practicado: figuras, transiciones, cambios de rol	- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles

Título de la Situación de Aprendizaje	“Orientación y actividades en el medio natural”		
Nivel y etapa	4º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Trabajo de investigación sobre las posibilidades que el entorno me ofrece en la localidad de Alcantarilla. Deben de buscar todo lo relacionado con prácticas urbanas, al aire libre o en centros especializados y realizar un trabajo donde aparezca la instalación, si es de uso gratuito, cuánto se paga al mes, etc. Una vez realizado el trabajo, cada grupo debe vivenciar, al menos una vez, una sesión en un centro de estas modalidades (CrossFit, gimnasio urbano o calistenia). También deberán incluir en el trabajo una salida en bici en grupo por la localidad como medio de transporte habitual y registrarla en una app de registro de actividad que luego deberán presentar en el trabajo.	4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. - Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares). - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. 3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. - Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CC CCEC CCL CPSAA	4. Practicar y valorar la cultura motriz, utilizando los recursos expresivos del movimiento 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la autorregulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
4.3 Producto competencial	Metacognición

Título de la Situación de Aprendizaje	“Actuación en accidentes y primeros auxilios”		
Nivel y etapa	4º ESO	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Tras el visionado de los vídeos de la cruz roja sobre Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA) y Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar) los alumnos deben de conocer el procedimiento a seguir en caso de emergencia. Se dedicará una sesión a la representación teatral de uno de los protocolos en clase.	5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. - Medidas colectivas de seguridad. - Actuaciones ante accidentes. Manejo básico del desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar)

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CE STEM	3. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, incorporando la AF y deportiva en las rutinas diarias, a la conservación del medio natural y urbano	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
5.1 Escala de observación 5.2 Trabajo escrito	Una vez terminado el producto competencial Meter rúbricas

Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
1.4 Prueba práctica	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos

Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

4.5 SdA en 1º BACH

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Condición física”**		
Nivel y etapa	**1º BACH**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
Producto competencial: Los alumnos deberán realizar un programa de entrenamiento individualizado el cual partirá de una valoración individual de cada alumno y a partir de este, se realizará una planificación de un mes para el desarrollo de la CFB. Posteriormente, el alumno deberá reflejar las mejoras en su trabajo una vez hayan sido evaluadas de nuevo. En este trabajo incluirá una dieta equilibrada y personal.	- Salud física: programa personal de AF (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las CFB y coordinativas (previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. - Planificación para el desarrollo de las CFB: fuerza, resistencia y flexibilidad. Sistemas de entrenamiento. - Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. -Dietas equilibradas y/o saludables según las características físicas y personales. - Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos. - Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. - Técnicas básicas de descarga postural y relajación. - Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en las AF. - Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva.

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
CCL STEM CD CPSAA	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, planificando su AF y deportiva en las rutinas diarias y conociendo las salidas profesionales.	1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. 1.2 Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable , educación postural y

CC		relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
1.1 Trabajo escrito + Prueba práctica 1.2 Escala de observación	Meter rúbricas

Título de la Situación de Aprendizaje	“Primeros Auxilios”		
Nivel y etapa	1º BACH	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	- Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. - Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
Producto competencial: Los estudiantes en grupos tendrá que realizar una presentación en canva y una posterior puesta en escena a sus compañeros del tema que le haya tocado dentro de los primero auxilios (Conducta PAS, DEA, DESA, protocolo RCP, lesiones osteoarticulares, heridas y fracturas	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	“Deportes alternativos”		
Nivel y etapa	1º BACH	Materia	Educación Física

Descripción	Saberes básicos
STEM Producto competencial: Los estudiantes organizan un evento deportivo inclusivo en el instituto de un deporte alternativo como es el Colpbol para los alumnos de la ESO. Tendrán que repartirse los diferentes roles que se dan en el modelo deportivo (organizador deportivo, anotador, árbitro, responsable del material,...)	- Capacidades perceptivo-motrices en práctica: integración del esquema corporal, toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz, acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, y realizar de la propia intervención respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio. - Desempeño de roles variados en sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o AF que respondan a sus intereses. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
1.3 Trabajo escrito + Prueba práctica	Meter rúbricas

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA CC STEM	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, planificando su AF y deportiva en las rutinas diarias y conociendo las salidas profesionales. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, mitigar el riesgo, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. 3.2 Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
2.1 Prueba práctica 3.2 Escala de observación + prueba práctica	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	"Voleibol"		
Nivel y etapa	**1º BACH**	Materia	**Educación Física**

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Los estudiantes organizan una liga en el instituto para los alumnos de 4º ESO. Tendrán que repartirse los diferentes roles que se dan en el modelo deportivo (organizador deportivo, anotador, árbitro, responsable del material,...)	-Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. -Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las AF- deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. - Capacidades perceptivo-motrices en práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, y reajuste de la propia intervención respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio. - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o AF que respondan a sus intereses. - Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte. - Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas)

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA CC CE STEM	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.2 Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptándolas estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. 3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación

2.2 Escala de observación + prueba práctica 3.3 Escala de observación	Meter rúbricas
Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Danzas del mundo”**		
Nivel y etapa	**1º BACH**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
los alumnos Producto competencial: El alumnado elaborará una coreografía por parejas o grupal usando los pasos y figuras mostrados por el profesor, al menos deberá realizar 4 figuras de las planteadas. Además, se calificará de manera positiva la búsqueda y aprendizaje nuevos pasos.	Una vez terminado el producto competencial - Técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas)

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
CCEC	4.Practicar y fomentar la conservación de la cultura motriz, investigando las manifestaciones culturales	4.2 Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Sesión lúdica”**		
Nivel y etapa	**1º BACH**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
Producto competencial: Los alumnos en parejas, deberán plantear al resto del grupo una sesión lúdico-recreativa para paliar los efectos negativos que produce el sedentarismo y dar a conocer al resto de sus compañeros diferentes maneras de disfrutar con los amigos de una manera saludable. Esta sesión debe llevar tres partes: calentamiento, parte principal y vuelta a la calma.	- Profesiones vinculadas a la AF y la salud - Salud social: prácticas de AF que tienen efectos negativos/positivos para la salud individual o colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. - Tipologías corporales predominantes en la actualidad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

Instrumentos de evaluación	**Materiales y procedimientos de evaluación**
4.2 Producto competencial 3.1 Escala de observación	Meter rúbricas
Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
CPSAA	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, planificando su AF y deportiva en las rutinas diarias y conociendo las salidas profesionales.	1.3 Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.
CE	2. Compartir espacios de práctica físico-deportiva	3.2 Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.
STEM	priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	

Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Instrumentos de evaluación	**Materiales y procedimientos de evaluación**
1.3 Escala de observación 3.2 Escala de observación + prueba práctica	Meter rúbricas
Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	**“ORGANIZACIÓN DE UN EVENTO DEPORTIVO”**		
Nivel y etapa	**1º BACH**	Materia	**Educación Física**

Descripción	**Saberes básicos**
Producto competencial: Los alumnos deberán organizar un evento deportivo de una actividad física que ellos elijan para un tipo de población en concreto a nivel de instituto, local, regional o incluso estatal. El guión de este trabajo deberá contener: 1 - Una introducción y contextualización del evento. Lugar donde se va a realizar y para qué tipo de población es. 2 - Una justificación del proyecto. ¿Por qué he planificado esta actividad? 3 - Su objetivo. ¿Qué quiero conseguir con esta actividad? 4 - Los contenidos. (Actividad a realizar, normas o reglas de la actividad física) 5 - Una programación de la competición o actividad física a realizar. 6 - La metodología. Tipo de organización ¿Modo Liga o copa? ¿Por grupos, parejas o individualmente? ¿Mismo lugar o cambio de sitio? 7 - Los recursos humanos y materiales (árbitros, equipos, sponsor, organizadores,…) 8 - La difusión del evento. ¿Qué voy a realizar para que esta actividad llegue a la población que yo quiero? 9 - Se elaborará un presupuesto y se determinarán las formas de financiación del proyecto. (Árbitros, premios, materiales, infraestructuras,…)	- Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la AF y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares). - Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar). - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros. - Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias. - Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte. - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

Competencias clave	**Competencias específicas**	**Criterios de Evaluación**
CPSAA CC CE	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. 3.1 Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. 4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
2.1 Y 3.1 Prueba práctica 4.1 Escala de observación	Meter rúbricas
Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**

Título de la Situación de Aprendizaje	**“Deportes de implemento ”**		
Nivel y etapa	**1º BACH**	Materia	**Educación Física**

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: Los estudiantes organizan una pequeña liga deportiva para los alumnos de su clase de unos deportes poco conocidos como son el béisbol y Bádminton. Tendrán que repartirse los diferentes roles que se dan en el modelo deportivo (organizador deportivo, anotador, árbitro, responsable del material,...). Además de esto, tendrán una ficha para valorar los aspectos técnicos-tácticos de sus compañeros. Esta evaluación la harán por parejas	- Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. - Desempeño de roles variados en sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o AF que respondan a sus intereses. - Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación. - Historias de vida de deportistas profesionales. - Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Ejemplos de deportistas: trayectorias profesionales, hitos y valores. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
CPSAA **STEM** **CC** **CE**	2. Aplicar eficientemente los procesos de percepción, decisión y ejecución, adaptando de forma autónoma sus CFB, coordinativas y perceptivo-motrices; planificando, dirigiendo y supervisando la AF. 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva, priorizar el respeto, la convivencia, la actitud crítica y la auto-regulación emocional (canalizar fracaso/éxito)	2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. 3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
2.3 Trabajo escrito y prueba práctica 3.3 Escala de observación	Meter rúbricas
Metodología	**Recursos y Materiales didácticos**
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	Conos, balones….
Evaluación de la actividad	**Propuestas de mejora**

A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

Título de la Situación de Aprendizaje	"Actividades en el medio natural"		
Nivel y etapa	**1º BACH**	Materia	**Educación Física**

Descripción	Saberes básicos
Producto competencial: El alumnado deberá, entre todo el grupo, organizar una jornada en la playa donde tendrá que tener en cuenta los siguientes aspectos: • Recogida de dinero con la supervisión y custodia por parte del profesor. • Puesta en contacto con la empresa de transporte. • Control minucioso de todos los asistentes a la actividad. • Comunicación a jefatura y realización del modelo de autorización para los padres de la actividad. • Planteamiento y organización de las actividades físico-deportivas (liga de voleibol, competición de palas y torneo de fútbol-playa) de toda la jornada. Para finalizar, terminaremos con una actividad de plogging (basada en la recogida de residuos en la playa en este caso).	- Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. - Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares). - Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. - Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano. - Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura. - El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.

Competencias clave	Competencias específicas	Criterios de Evaluación
STEM **CC** **CE**	5. Implementar un estilo de vida sostenible y eco-responsable, desarrollando acciones de servicio a la comunidad, y contribuir a la conservación del medio natural y urbano.	5.1 Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. 5.2 Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

Instrumentos de evaluación	Materiales y procedimientos de evaluación
5.1 y 5.2 Escala de observación	Meter rúbricas

Metodología	Recursos y Materiales didácticos
Metodología competencial: que fomenta el aprendizaje significativo en contextos reales, la cooperación y la participación activa y consciente, a través estrategias motivadoras, retos alcanzables y el fomento de una autonomía creciente.	Conos, balones….

Evaluación de la actividad	Propuestas de mejora
A través de un cuestionario tanto para los profesores del departamento de Educación Física como para los alumnos	Una vez terminado el producto competencial

5. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

El actual sistema educativo y el modelo psicopedagógico en que se apoya nos proponen una visión abierta y completa del concepto de diversidad escolar, que persigue el objetivo de una enseñanza individualizada, es decir, que se adecua a las características del que aprende.

La respuesta educativa a la diversidad del alumnado y especifica que la atención a la diversidad tiene como objetivo proporcionar a todo el alumnado una educación adecuada a sus características y necesidades. Y que corresponde al equipo docente, con el asesoramiento de los responsables de la orientación educativa, la decisión sobre la aplicación de estas medidas.

Y determina que el destinatario de las mismas será el alumnado con: necesidades educativas especiales, dificultades específicas de aprendizaje, altas capacidades intelectuales e incorporación tardía al sistema educativo

La atención a la diversidad se desarrolla dentro de la dinámica cotidiana del grupo ordinario y heterogéneo, utilizando los medios adecuados. Teniendo presentes las peculiaridades del alumnado, aplicando una enseñanza activa y comprensiva basada en el aprendizaje significativo, procurando que todos los alumnos alcancen el éxito en la consecución de las competencias y los objetivos establecidos.

La programación tiene en cuenta que no todos los alumnos adquieren los aprendizajes ni al mismo tiempo ni con la misma intensidad. La asimilación de los contenidos, el uso de los mismos en las diferentes unidades didácticas, tampoco será homogéneo. Por ello, se contemplan medidas como:

Atender siempre al nivel inicial de cada alumno, su punto de partida, sus dificultades y sus necesidades.
Diseñar actividades con diferentes grados de dificultad y niveles de ejecución.
Proponer actividades que permitan diferentes posibilidades de ejecución.
Realizar agrupamientos flexibles, elegir diferente materiales, espacios y tiempos en el desarrollo de las actividades.
Propiciar estrategias que favorezcan la motivación y el autoaprendizaje.
Adecuar el lenguaje al nivel de comprensión en el desarrollo de las actividades.

Atención a la diversidad en los alumnos diagnosticados de:

1. Trastorno del aprendizaje (GENERAL)

En Educación Física no requiere de actividades distintas al resto de sus compañeros. Se le coloca cercano al profesor y se le motiva hacia la práctica de la materia de Educación Física.

Para la realización de trabajos teóricos, si lo requiere, se le dará más tiempo para su realización y se le exige que entregue el trabajo antes de la fecha para poder realizar una revisión y se le refuerzan los contenidos teóricos trabajados en clase o Classroom para un correcto seguimiento individualizado del alumno.

(dislexia)

2. Altas capacidades intelectuales

En Educación Física no precisa de ninguna adaptación curricular al no tratarse de altas capacidades motoras o alto rendimiento. Habrá que realizarlas, en el caso del alumnado con altas capacidades intelectuales, cuando el currículo propuesto para su grupo-clase, ampliado y enriquecido, no sea suficiente para dar respuesta a sus necesidades específicas, no en Educación Física.

En todo caso, dadas sus características, observar sus comportamientos, rendimiento y socialización dentro del grupo clase.

3. Trastorno específico del lenguaje

En Educación Física no requiere de actividades distintas al resto de sus compañeros. Si se realiza algún trabajo teórico en la materia se realiza un seguimiento del mismo, se le pide que lo entregue antes de la fecha para su corrección y se refuerzan contenidos teóricos vistos en clase o en Classroom si fuera necesario.

4. Diabetes

Para la diabetes, medición de niveles antes de la realización de actividad física y durante la práctica. Siempre bajo el campo de visión por si notamos que el alumno se siente mareado o indispuesto. Tener zumo o caramelos en el departamento.

5. TDAH

Tendremos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas en las sesiones de Educación Física:

- Disminuir el tiempo entre explicación y ejecución práctica.

- Situarlo cercano al profesor durante las explicaciones.

- Evitar que el alumno se sitúe cerca de la ventana durante las explicaciones en el aula o cercano a sitios de distracción en el pabellón.

- Proponer tareas grupales a través de grupos heterogéneos, otorgándole al alumno protagonismo. Ofrecerle ser capitán o elección de grupos para juegos.

- Aportar un feedback concurrente y afectivo, intercambiando impresiones con el educando.

- Realizar juegos de integración, darles responsabilidades, ejercicios de relajación/respiración al final de la sesión o durante las mismas, establecer rutinas claras como las de calentamiento y vuelta a la calma.

6. TEA (Asperger)

Para dar respuesta a sus necesidades se seguirán distintas medidas ordinarias generales como:

- Se le refuerza con apoyo visual con las normas a seguir a principio de curso, mediante presentación canva o infografía.
- Favorecer con este alumno el juego cooperativo, sobre todo en los calentamientos en grupo o pareja.
- Preguntar por sus intereses, si fuera necesario, para captar su atención en la materia de Educación Física.

- Se trabaja la atención estructurando la secuencia de los pasos a seguir para la realización de las diferentes actividades, por ejemplo, en los calentamientos y vuelta a la calma, aspecto que se trabaja en todas las sesiones de EF o en el aprendizaje técnico de los distintos deportes trabajados en la PD.

- Se le asignan tareas de responsabilidad de material y ayudante del docente para propiciar su autonomía en la planificación del trabajo y en la atención a las instrucciones. Siempre se trabajan estos aspectos con ayuda de sus compañeros.

- Se utilizan pictogramas, si fueran necesarios, para anticipar cualquier tarea o juego a realizar.

- Cuando se realiza una actividad complementaria, salida o alguna actividad excepcional, se le anticipa primero a este alumno para que no le pille por sorpresa y pueda llevarla a cabo sin ningún tipo de problema

6. EVALUACIÓN

6.1 Instrumentos de Evaluación de la materia

A la hora de evaluar y calificar, utilizamos procedimientos basados en la observación (del profesor) y en la experimentación (del alumno), apoyándonos en rúbricas que nos permitan conocer el grado de consecución de cada criterio planteado. Así concretamos:

Basados en la Observación
Escalas de observación

Basados en la Experimentación
Pruebas prácticas: deportivas, test físicos y casos prácticos (primeros auxilios)
Trabajos escritos y TIC: tareas, fichas, cuaderno del alumno, Quizziz…
Producto final: coreografías y/o puestas en escena (combas, cardiocombat…) y trabajos.

Las rúbricas, nos permiten conocer y establecer los Indicadores de Logro (o grado de consecución) de cada uno de los criterios planteados. En esta programación se determinan 4 niveles de logro:

Muy bajo	con calificaciones de 1-2 sobre 10
Bajo	con calificaciones de 3-4 sobre 10, aprendizaje no adquirido
Medio / Alto	con calificaciones de 5-7 sobre 10, aprendizaje adquirido
Muy Alto / Excelente	con calificaciones de 8-10 sobre 10

6.2 Superación de la materia

Para la superación de la materia se requiere que el alumno alcance, al final del curso, un valor mínimo de 5 sobre 10, de acuerdo a la calificación de los criterios de evaluación.

6.3 Recuperación de la materia

El departamento ha decidido que, la recuperación de los estándares/criterios no superados durante una evaluación, se realizará durante las siguientes (favoreciendo así la evaluación formativa del alumnado).

En el caso de que no se hayan superado los mismos a lo largo de las tres evaluaciones, será necesaria la recuperación global a final de curso.

6.4 Plan de trabajo Individualizado por pérdida de la Evaluación Continua

Para los alumnos con faltas de asistencia justificadas, cuya incorporación al centro se produzca una vez iniciado el curso, o que hayan rectificado de forma evidente su conducta absentista, el departamento elaborará un plan de trabajo individualizado para la recuperación de contenidos y la adquisición de las competencias; en su caso, dispondrán también de una adaptación de la evaluación a las circunstancias personales del alumno, adaptación que se anexará a la programación docente respetiva.

El responsable de dicho plan será el profesor del grupo correspondiente, por delegación del jefe de departamento, si bien éste coordinará la realización de dicho Plan de trabajo.

Cuando un alumno sea susceptible de la aplicación de este Plan, el profesor del grupo informará de dicha circunstancia en reunión de departamento, dejando constancia en el acta correspondiente.

6.5 Evaluación de la propia práctica docente

La información que nos proporciona la evaluación del proceso de enseñanza, la acción docente y la propia programación (tanto su planificación como su puesta en práctica, así como los factores que intervienen en su desarrollo: profesorado, centro, materiales, etc.) sirve para que podamos analizar críticamente nuestra propia intervención educativa y adecuar dicho proceso a las características específicas y a las necesidades del alumnado.

Por tanto, para dar respuesta a la misma, se revisará periódicamente en las reuniones de departamento, reflexionando sobre los comentarios e información proporcionada por los alumnos, valorando de forma reflexiva y sistemática nuestra acción docente y realizando las modificaciones y adaptaciones que sean pertinentes en cada momento. Además del cuestionario de autoevaluación, y los de evaluación que realizan tanto los alumnos como las familias, y que llevamos a cabo al finalizar cada evaluación (trimestre). Asimismo, la evaluación final será incorporada a la Memoria Anual del centro.

Los instrumentos utilizados para realizar la evaluación del proceso de enseñanza y la propia práctica docente son: (ver en Anexos)

Cuestionarios de autoevaluación del docente
Cuestionario de evaluación realizada por los alumnos

Cuestionario de evaluación realizada por las familias
Intercambios orales, preguntas, entrevistas con tutores/padres, etc.

7. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA AL TRATAMIENTO TRANSVERSAL, EL FOMENTO DE LA LECTURA Y LA MEJORA DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA

Con respecto al tratamiento de los **Elementos Transversales** y teniendo en cuenta que: *"las Administraciones educativas adoptarán medidas para que la actividad física y la dieta equilibrada formen parte del comportamiento juvenil. Promoverán la práctica diaria de deporte y ejercicio físico para favorecer una vida activa, saludable y autónoma".*

En el desarrollo de las clases, estos contenidos se trabajan de forma simultánea con aquellos que se refieren a la competencia motriz del alumnado:

• Una educación para la salud, con actividades encaminadas a fomentar hábitos saludables de vida activa y dieta equilibrada. Conocer la importancia de adquirir hábitos, cómo aplicarlos en su día a día.

• Una educación social y cívica, fomentando la participación de todos, con independencia del nivel alcanzado y reforzando actitudes de cooperación, respeto y de relación. La tolerancia y la deportividad en el juego, actitudes que priman sobre la propia eficacia. Aceptar y respetar las reglas de los deportes y juegos, crear relaciones basadas en la amistad, ayuda, solidaridad y justicia. Organizar tareas grupales democráticas, resolviendo los conflictos que puedan surgir de una forma dialogada y no violenta.

• Una educación para la igualdad de oportunidades, sin tratos discriminatorios entre alumnos y alumnas. La desinhibición y aceptación de todos a través de actividades de expresión corporal y bailes, donde divertirse y educar en igualdad.

• Una educación ambiental, valorar y respetar el medio ambiente y el entorno que les rodea, concienciación y responsabilidad.

Respecto al **fomento de la lectura y la mejora de la expresión oral y escrita**, a través de nuestra materia, se aborda desde una doble perspectiva, concibiendo la lectura como una herramienta básica del aprendizaje y convirtiéndola en un asunto de interés (un hábito) que debe estar presente en la vida cotidiana de nuestros alumnos

Fomentamos la misma en todas las unidades didácticas de esta programación, donde los alumnos deben leer la información referida a los contenidos (publicados en Classroom) y realizar diferentes trabajos (resúmenes, esquemas, fichas, etc.) que muestren su capacidad de comprensión y su expresión escrita. Además de proponer artículos interesantes: declaraciones de deportistas, artículos impactantes, temas de actualidad sobre salud, medio ambiente, reciclaje, etc.

Además, con el objetivo motivar y estimular su interés y hábito de lectura, tomando como base el índice de guías didácticas de lectura propuesta por la Consejería de Educación de la CARM, proponemos para este curso:

1ª Evaluación	• "No es tan fácil saltarse un examen", de Lucy Núñez Ideas principales: hábitos perjudiciales para la salud (alcohol, drogas, etc.) y la información como el mejor medio de prevención.
2ª Evaluación	• "Los bonsáis gigantes", de Lucía Baquedano. Ideas principales: el valor de la amistad y el cuidado y respeto por el medio ambiente y los animales.
3ª Evaluación	• Para celebrar el día mundial del libro, en colaboración con el Departamento de Lengua Castellana y Literatura: "Bámbulo, primeros pasos", de Bernardo Atxaga. Ideas principales: el gusto por los libros, por el arte y por los personajes históricos.

8. RECURSOS DIDÁCTICOS

Audiovisuales	Proyector, ordenador portátil, equipo de música
Cuaderno del alumno	Es el material curricular elaborado del departamento. Se utiliza para dar soporte a los contenidos teóricos y a diferentes actividades conceptuales y procedimentales: preguntas tipo test, completar frases , trabajos sobre temas de actualidad.
Equipamiento y material deportivo	

9. RELACIÓN DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS PARA EL CURSO 2024-25

	1ª EVALUACIÓN	2ª EVALUACIÓN	3ª EVALUACIÓN
1º ESO	**Cross – Campo a través** Fase Municipal	**Atletismo** competición Competiciones deportivas	**Viaje a Calasparra** (con el departamento de Geografía e Historia)
2º ESO	**Cross – Campo a través** Fase Municipal	**Atletismo** competición Competiciones deportivas Aprendizaje servicio con el colegio “Las Tejeras”	**Actividades Náuticas** (Playa Honda)
3º ESO	**Cross – Campo a través** Fase Municipal	**Atletismo** competición Competiciones deportivas	**Descenso del río Segura** (Cieza-Blanca)
4º ESO	**Senderismo Parque natural de Calblanque** **Cross – Campo a través** Fase Municipal	**Atletismo** competición Competiciones deportivas	
1º BACHILLERATO	**Cross – Campo a través** Fase Municipal	**Atletismo** competición Competiciones deportivas	**Actividades de Playa** (Lo Pagán)